

令和7年4月18日(金)

今日の給食



・ ごまご飯



・ 鯖の新玉ねぎソース



・ のらぼう菜とじゃがいものサラダ

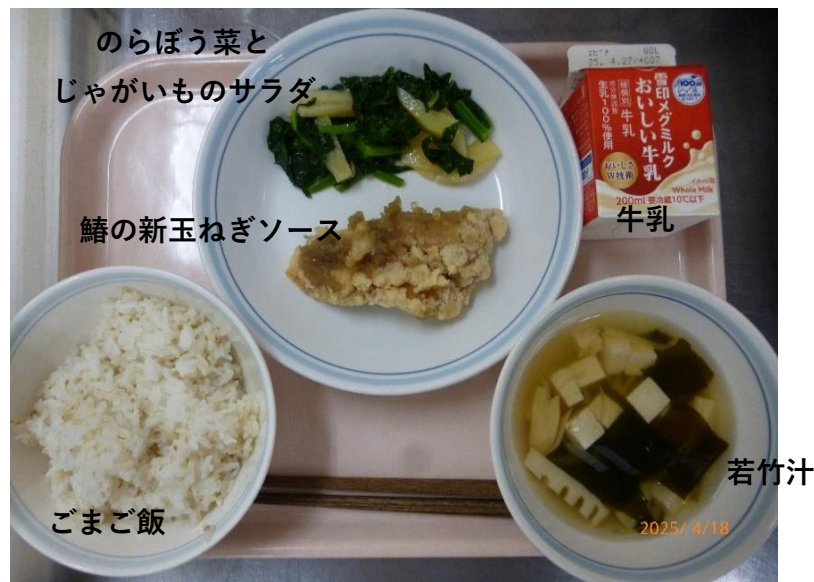


・ 若竹汁 大おたま1杯

・ 牛乳

ドレッシング混ぜ つめおたま半分

配膳図



「まごわやさしい」和食について

みなさん、「まごわやさしい」という言葉を知っていますか？「豆 ごま わかめ(海藻) 野菜 魚 椎茸(きのこ) 芋」の頭文字をつなげた言葉です。和食は、お米を主食に「まごわやさしい」食材を組み合わせられているので、栄養のバランスが整い、健康的な食生活にすることができます。豆や海藻、きのこなどは、生徒のみなさんにとっては苦手な食材かもしれませんが、ぜひ1口挑戦してみてくださいと思います。